

СОДЕРЖАНИЕ

Введение	3-5
Глава 1. Теоретические основы исследования оптимизации межличностных детей младшего школьного возраста	
1.1.Понятие межличностных отношений в психологической науке	6- 10
1.2.Характеристика межличностных отношений в младшем школьном возрасте	11-15
1.3.особенности оптимизации межличностных отношений детей младшего школьного возраста	16-22
Выводы по первой главе	23-24
Глава 2. Исследование оптимизации межличностных отношений младших школьников	
2.1. Организация и методы исследования	25-28
2.2. Эмпирические исследования социометрического статуса ребенка детей младшего школьного возраста и их самооценки	29-47
2.3. Программа по оптимизации межличностных отношений	48-53
Выводы по второй главе	54
Заключение	55-56
Список литературы	57- 60
Приложения	61-70

Введение

Актуальность. В современном информационном обществе межличностные отношения занимают важную роль, а особенно в жизни ребенка 7-10 лет. Эти отношения становятся основой для дальнейшего развития личности ребенка и определяют особенности его отношения к себе, к окружающим людям и миру в целом. Возраст младшего школьника, это этап жизни, который является наиболее важным в школьный период. Высокая активность ребенка в этот период определяет большие возможности развития школьника в дальнейшем. В этом возрасте учебная деятельность является приоритетной, закладывается фундамент для дальнейшего обучения. Чаще всего в современном мире у ребенка младшего школьного возраста мы можем наблюдать опосредованное общение, дети получают информацию не от сверстников или взрослых, а из средств массовой информации, журналов, книг. Мы можем сделать вывод, что современные школьники не могут социализироваться в обществе, не знают норм и правил общения, не знают как устанавливать личные контакты не только со сверстниками, но и с окружающим миром в целом.

Проблемами социализации в зарубежной психологии начал заниматься Джордж Мид, его работы были продолжены и дополнены современными психологами такими как: Д.Джексон, Л.Колбергом, Т.Кемпером. В отечественной психологии проблемами, связанными с межличностными отношениями, занимались такие выдающиеся ученые как В.В. Абраменкова, И.В. Дубровина, М.И. Лисина, В.С. Мухина и многие другие.

Несмотря на большое количество исследований, посвященных изучению проблематики межличностных отношений детей младшего школьного возраста, в настоящее время многие ученые указывают на недостаточность эмпирических исследований в этой области.

Социальные преобразования в современной России, в частности в системе общего образования, свидетельствуют об изменении в отношении

ребенка младшего школьного возраста к окружающей его среде, взрослым и сверстникам. С появлением новых информационных технологий, социальных сетей и всевозможных гаджетов в жизни детей, они стали меньше внимания уделять общению со сверстниками.

Как уже было сказано ранее, именно в период 7-10 летнего возраста происходит формирование личности школьника. Как легко ребенок научиться выстраивать взаимодействие с окружающими его людьми, будет зависеть его последующая учебная, рабочая деятельность. В этот период так же закладывается умение отвечать за установление и поддержание межличностных отношений, бесконфликтного поведения. Так же ребенок приобретает навык дисциплинирования себя, учиться устраивать как личную, так и групповую деятельность, понимать ценность опыта сотрудничества, взаимодействия и межличностных отношений в совместной деятельности.

Объект исследования: межличностные отношения ребенка младшего школьного возраста.

Предмет изучения: оптимизация межличностных отношений младших школьников.

Цель исследования: изучение оптимизации межличностных отношений детей младшего школьного возраста.

Задачи исследования:

1. изучить литературу по данной проблематике
2. охарактеризовать психологические особенности межличностных отношений детей младшего школьного возраста
3. рассмотреть влияние самооценки на социометрический статус ребенка в коллективе сверстников

4. рассмотреть
эффективность программы по оптимизации межличностных
отношений младших школьников

Гипотеза исследования: межличностные отношения, в коллективе
детей младшего школьного возраста, зависят от уровня самооценки каждого
члена коллектива.

База проведения диагностического инструментария: МАОУ СОШ
№ 143.

Глава 1. Теоретические основы исследования оптимизации межличностных отношений детей младшего школьного возраста

1.1. Понятие

межличностных отношений в психологической науке.

В современном обществе огромную роль занимает общение и развитие межличностных отношений, так как ни один вид деятельности не обходится без коммуникации. Ребенок- это маленькая, но уже вполне сформировавшаяся личность, которая вступает в систему межличностных отношений с самого раннего возраста. С того момента как ребенок поступает в первый класс, у него происходит более активное приобретение новых навыков общения. Развитие личности в системе личных отношений зависит от многих факторов: от взаимоотношений со сверстниками, от положения ребенка в группе сверстников. «Этот этап развития коммуникативных навыков общения попадает на период младшего школьного возраста»[31].

«Межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности» [35;69]. Межличностные связи иногда называют экспрессивными, так как они подчеркивают эмоциональную содержательность, в отличие от деловых отношений.

В отечественной психологии существует большое количество мнений по поводу того, какое место занимают межличностные отношения в реальной

системе жизнедеятельности людей. В первую очередь необходимо упомянуть о великом ученом В.Н.Мясищеве, который считал, что самое главное это то, что определяет личность – «...ее отношения к людям, являющиеся одновременно взаимоотношениями...» [24;86].

Рассматривая межличностные отношения как видовое понятие по отношению к родовому, «психологические отношения» (в соответствии с концепцией В.Н. Мясищева). Н.Н. Обозов отмечает: «межличностные отношения- всегда «субъект-субъектные» связи» они характеризуются постоянной взаимосвязью и изменчивостью, что обуславливается активностью не только одной из сторон [2;173].

А.Л.Журавлев считает: «...что проблема межличностных отношений в отечественной и зарубежной психологической науке, в определенной степени, исследована...» [12;75]. Межличностные отношения- это, с одной стороны, субъективно переживаемые взаимосвязи между людьми, объективно проявляющиеся в характере и способах взаимных влияний, оказываемых людьми друг на друга в процессе общения или совместной деятельности. С другой стороны, они представляют собой систему установок, ориентаций, ожиданий, стереотипов и иных диспозиций, через которые люди осуществляют взаимное восприятие и взаимную оценку.

А.Г. Смирнов пишет: «...что межличностные отношения определяют положение человека в группе, коллективе. От того как складываются эти отношения, зависит эмоциональное благополучие, удовлетворенность или неудовлетворенность человеком пребыванием в какой-либо группе. От них зависит сплоченность группы, коллектива, способность решать поставленные задачи.» [16;32].

Потребность во взаимодействии с себе подобными объясняется социальной природой человека. Возникла она в процессе общественно-исторического развития людей и является одной из определяющих поведение человека. Человек, как существо социальное, не может не обмениваться действиями, поступками, мыслями и чувствами с другими людьми. Развитое

общение осуществляется в дружбе и любви. Общение характеризуется как наблюдаемый процесс, в котором актуализируется и проявляется отношение людей друг к другу[43;174].

Межличностные отношения строятся на симпатии, антипатии, привлекательности и предпочтительности, а именно на критерии выбора партнера для общения. Чем важнее для человека намечаемая деятельность, чем более долгий период общения она предполагает, тем больше будет критериев для выбора партнера.

По мнению отечественного психолога Н.Н. Обозова: «... эмпатия включает в себя три компонента...» [4;43].

Когнитивный элемент межличностных отношений предполагает осознание человеком того, что ему может нравиться или наоборот не нравиться во взаимодействии с окружающим миром[4;127].

Аффективный элемент предполагает выражение различных эмоций относительно взаимосвязи между людьми. Принято считать, что эмоциональный аспект играет ведущую роль во взаимосвязи людей. «Это, прежде всего, положительные и отрицательные эмоциональные состояния, эмоциональная чувствительность, удовлетворенность чем либо, в том числе собой» [4;132].

Поведенческий компонент реализуется в каких-либо конкретных действиях. В зависимости от ситуации поведение может быть доброжелательным или же отрицательно настроенным. «Между этими поведенческими полюсами иметься большое количество форм взаимодействия, реализация которых обусловлена социокультурными нормами групп, к которым принадлежат общающиеся» [4;153].

Межличностные отношения могут строиться по двум направлениям: по «вертикали» - это отношения между руководителем и его подчиненным и наоборот; и по «горизонтали», это отношение между людьми, которые занимают одинаковый социальный статус. «Эмоциональными проявления

межличностных связей обуславливаются социокультурными нормами групп, к которым принадлежат общающиеся, и индивидуальными различиями, варьирующимися в пределах названных норм» [23;76].

«Интерперсональные отношения зарождаются, закрепляются и достигают своей зрелости, после этого могут и ослабиться. Они развиваются в континууме и имеют свою определенную динамику»[3;62]..

«Межличностные отношения в своей динамике проходят ряд этапов: знакомство, приятельские, товарищеские и дружеские отношения. В свою очередь процесс ослабления межличностных отношений имеет обратную динамику от дружеских отношений к товарищеским и до прекращения отношений окончательно» [11;42].

Процесс знакомства может осуществляться в зависимости от социокультурных и профессиональных интересов.

Такой этап, как приятельские отношения формирует готовность личности к возможному продолжению и развитию межличностных отношений.

После этапа приятельских отношений формируются товарищеские отношения, которые «позволяют закрепить межличностный контакт» [7;82]. На данном этапе происходит сближение общих интересов.

Межличностные отношения формируются в определенных условиях. В городе, по сравнению с сельской местностью, наиболее быстрый ритм жизни, наиболее частая смена работы и мест жительства, в результате у каждого человека возникает большое количество межличностных контактов, все они имеют кратковременный характер[9;95].

Все эти условия приводят к тому, что люди предъявляют более высокие требования к партнерам для межличностных отношений. Пространственная близость особенно влияет на межличностные отношения у детей. В случае если семья переезжает на другое место жительства или ребенок переходит в другую школу, его межличностные контакты прекращаются.

Главную роль в формировании межличностных отношений имеют конкретные условия, в которых происходит общение между людьми[3;152]. Прежде всего это связано с какими-либо видами совместной деятельности, в ходе которой устанавливаются межперсональные контакты (учеба, работа и т.д.), с ситуацией, она может носить как обычный, так и экстремальный характер, этнической средой (моно- или полиэтническая), материальными ресурсами и многими факторами[42;85].

«Значение временного фактора, в межличностных отношениях зависит от того, в какой конкретной социокультурной среде развиваются эти отношения. По-разному временной фактор влияет в этнической среде. В восточных культурах развитие межличностных отношений растянуто во времени, а в западных на оборот - динамично». К сожалению, в отечественной литературе очень мало изучено влияние временного фактора на межличностные отношения.

В качестве основного механизма для развития межличностных отношений в коллективе, многие ученые рассматривают такой механизм как эмпатия.

«Эмпатия – это способность эмоционально (а не только рационально) воспринимать другого человека, проникнуть в его внутренний мир, принять его со всеми мыслями и чувствами» [8;43]. Известный советский психолог Л.С. Выготский использовал для описания этого явления термин «идентификация». Так же эмпатию называют «аффективным подражанием», при этом она исследуется как способность человека к научению благодаря опыту других людей [12;34].

«Межличностная привлекательность - психологическое свойство личности, которое как бы « притягивает к себе» партнера по общению и непроизвольно вызывает у него чувство симпатии. Она способствует развитию интерперсональных связей, вызывает у партнеров по общению когнитивный, эмоциональный и поведенческий отклик». Данный феномен наиболее широко раскрыт в исследованиях Н.Н.Обозова [16;35].

Таким образом, межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. Они строятся на симпатии, антипатии, привлекательности и предпочтительности, а именно на критерии выбора партнера для общения. Чем важнее для человека намечаемая деятельность, чем более долгий период общения она предполагает, тем больше будет критериев для выбора партнера.

1.2. Характеристика межличностных отношений в младшем школьном возрасте

Ребенок в младшем школьном возрасте активно овладевает навыками общения, в этом возрасте происходит интенсивное установление дружеских контактов.

При поступлении в школу у ребенка меняется весь жизненный строй, он приобретает статус ученика. Игру, как главный вид деятельности, теперь заменяет учение. При положительном настрое и адекватной ситуации окружающей первоклассника, ребенок получает удовольствие от занятий в школе. Именно этот факт определяет ответственное отношение ребенка младшего школьного возраста к обучению в школе[42;84]. Не случайно дети на первых этапах обучения в школе воспринимают отметку как оценку своих собственных стараний, а не качества проделанной работы[7;171].

У детей такого возраста продолжает формироваться стремление на все иметь свою точку зрения, а также умение ее отстаивать. При этом появляется такое новообразование, как самооценка. Она складывается благодаря развитию самосознания и обратной связи, возникающей во время общения с окружающими, чье мнение для них наиболее важно. Младший школьный возраст является фундаментальным в развитии самосознания. В эмоциональном аспекте ребенка младшего школьного возраста изменяется, прежде всего, содержательная сторона переживаний. Если раньше на этапе дошкольного возраста, ребенка радовало то, что с ним играют и делятся игрушками, то на этапе начального образования его волнует главным образом только то, что связано с обучением, школой, учителем. Ребенка в этот период радует, то что родители и учитель хвалят за успехи в учебе; и если учитель заинтересован в положительном настрое ребенка на учебу, то будет делать это как можно чаще, ведь именно учитель является авторитетной личностью на этапе младшего школьного возраста и

формирует зачатки самооценки у ребенка и отношение к школе в целом[15;253].

У ребенка с поступлением в школу резко уменьшается количество коллективных связей, на данном этапе дети начинают заводить личные отношения, могут так же продолжать общаться в малых группах. Взаимоотношения первоклассников во многом определяются учителем через организацию учебного процесса. Именно он способствует формированию статусов и межличностных отношений в классе[17;43]. Поэтому, при проведении такой методики как социометрия можно выделить, что среди предпочитаемых и звезд оказываются дети, которые хорошо учатся, которых хвалят и выделяют родители, а главное ставит в пример учитель. Ко второму и третьему классу авторитет учителя начинает сменяться авторитетом сверстников.

Чаще всего дети в младшем школьном возрасте выбирают себе друзей среди ребят со схожими увлечениями, интересами, так же не маловажную роль играет такой факт, как место жительства или пол. В выборе партнера для общения ребенок также обращает свое внимание на такой аспект как успеваемость, и отношение учителя к этому ребенку.

Дети уже к третьему году обучения начинают понимать те или иные качества личности и характера, и выбирают партнера для совместной деятельности по критериям качеств личности, необходимых для успешного выполнения.

При этом такое понятие как дружба, выполняет не маловажные функции для развития личности ребенка, главной функцией конечно же является «...развитие самосознания и формирование чувства причастности к обществу сверстников...» [19;126]. Отношения, могут делиться, по степени вовлеченности, на товарищеские и приятельские. Товарищеские отношения- менее глубокие по уровню эмоциональной причастности, чаще всего такие

отношения реализуются в условиях классного коллектива между детьми одного пола.

Приятельское же общение имеет более эмоциональную основу, такие отношения могут выходить за рамки учебного процесса, дети общаются не только в школе, но и после нее.

Чаще всего в начальной школе у детей происходит однополое общение, дружба между детьми разного пола носит чаще всего ситуативный характер.

Социальные отношения расширяются и дифференцируются. Как уже было сказано ранее, авторитетом для младшего школьника является учитель, а чаще всего это учительница. На данный факт обращают внимание многие ученые, занимающиеся этой проблематикой, «Учителю он верит безгранично». В глазах ребенка учитель всемогущ, потому что он не только «все знает», но и ему «все» подчиняются. Учительница может вызвать в школу даже родителей, поговорить с ними, и те будут ее «слушаться». То, что «Мария Григорьевна сказала», становится наивысшим критерием истины[21;79]. При этом доверие, тяга к учителю не зависит от качеств самого преподавателя[25;67]. В связи с выраженной склонностью детей к подражанию на учителе лежит высокая ответственность за демонстрацию образцов социального поведения [14;174]. В первые недели учебы в школе дети «сначала - притихшие, некоторые даже робкие» (Блонский П.П.), они настолько «ошеломлены» новой ситуацией, что долгое время даже не в состоянии описать внешние особенности соседа по парте. При этом отмечается, что у возбудимых и подвижных детей наблюдается «тормозная реакция», а у спокойных и уравновешенных - «возбуждение»[21;79]. Спустя некоторое время наступает обратная реакция - дети становятся чрезмерно подвижными и шумными, в связи с чем остро возникает вопрос о приучении их к школьной дисциплине и порядку [3;125].

С постепенно возрастающей ориентацией на сверстников все менее

значимой становится эмоциональная зависимость ребенка от родителя (матери). Более того, именно в этом возрасте и должна начаться так называемая «естественная сепарация», т.е. постепенное психологическое отделение ребенка от взрослого и обретение им независимости и самостоятельности[28;52]. «Данная постепенная сепарация предоставляет очевидное условие для социального созревания ребенка, его самореализации и, наконец, психического здоровья» [16;54]. Отсюда мы можем сделать вывод, что в младшем школьном возрасте контроль родителей должен носить воспитательный характер, но этот контроль должен быть менее авторитарным. В тоже время взаимодействие с родителями, их оценки поведения ребенка, а также образцы их поведения являются для ребенка одним из важнейших источников формирования у него устойчивых форм как действенно-предметного, так и нравственного поведения[29;134]. Родители - это по-прежнему наиболее авторитетные фигуры в социальном окружении, поэтому для ребенка так важны реакции и оценки с их стороны[38;67]. С обретением тонкой моторной ловкости, с повышением познавательного интереса ребенка и его стремления к деятельности, с ориентацией его на результат и социальные оценки этого результата главной задачей развития в этой его фазе, в соответствии с периодизацией Э. Эриксона, становится формирование у ребенка чувства умелости[32;143].

Естественная сепарация - в отличие от эмоционального отвержения - инициируемое и поддерживаемое взрослым постепенное психологическое отделение от него ребенка, начинающееся предпочтительно в возрасте 6-7 лет, и приобретение им независимости и самостоятельности[41;63]. В связи с этим особое значение приобретает для ребенка отношение родителей к результатам его труда. «Когда детей поощряют мастерить что угодно, строить шалаши и авиамодели, варить, готовить и рукодельничать, когда им разрешают довести начатое дело до конца, хвалят и награждают за результаты, тогда у ребенка вырабатывается умелость... Напротив, родители, которые видят в трудовой деятельности детей одно "баловство" и

"пачкотню", способствуют развитию у них чувства неполноценности» [27; 15], поскольку дети при этом чувствуют свою несостоятельность в освоении «технологического этноса культуры» [27;365]. Развитию этого чувства, конечно, могут способствовать не только родители, но и школьные учителя и сверстники. В младшем школьном возрасте все большее значение для развития ребенка приобретает его общение со сверстниками. В общении ребенка со сверстниками не только более охотно осуществляется познавательная предметная деятельность, но и формируются важнейшие навыки межличностного общения и нравственного поведения[47;263]. Стремление к сверстникам, жажда общения с ними делают группу сверстников для школьника чрезвычайно ценной и привлекательной. Участием в группе они очень дорожат, поэтому такими действенными становятся санкции со стороны группы, применяемые к тем, кто нарушил ее законы. Меры воздействия при этом применяются очень сильные, иногда даже жестокие: насмешки, издевательства, побои, изгнание из «коллектива» [39;162].

Половые различия. Как уже говорилось выше, группы младших школьников чрезвычайно однородны по половому признаку, более того, группы мальчиков и девочек в этом возрасте могут даже враждовать между собой[31;78]. Разделение по половому признаку в этом возрасте характеризует не только составы групп, но и места проведения игр и развлечений. При этом на всей территории игр образуются специальные «девчоночьи» и «мальчишечьи» места, внешне никак не обозначенные, но оберегаемые от вторжения «посторонних» и избегаемые ими. Интересно, что в случае объединения мальчиков и девочек для общей игры для нее выбирается место между двумя территориями[10;72]. Общение и дружба с представителем своего пола, а также дифференциация групп по половому признаку способствуют формированию у ребенка определенной и устойчивой идентификации с полом, развитию у него самосознания, а также готовят почву для формирования у него новых глубоких и продуктивных

отношений в подростковом и юношеском возрасте[37;216].

1.3 Особенности оптимизации межличностных отношений младших школьников.

В начале следует сказать, что же такое оптимизация- (от лат. optimus – наилучший) – 1. Процесс выбора наилучшего варианта из возможных. 2. Процесс приведения системы в наилучшее (оптимальное) состояние. Под оптимальным состоянием понимается состояние, наиболее соответствующее определенным условиям и задачам[32;120]. Оптимизация – важная категория для конфликтологии. Оптимизация взаимоотношений в организации, средних и больших социальных группах, обществе в целом является ключевым условием профилактики социальных конфликтов. Оптимизация потребностно-мотивационной сферы в психике человека способствует предупреждению внутриличностных конфликтов. Оптимизация, как правило, производится по одному или нескольким критериям, т. к. наилучший вариант во всех отношениях реально трудно достижим[40;152].

Таким образом, исходя из определения, оптимизация межличностных отношений - это процесс, по улучшению микроклимата в коллективе детей младшего школьного возраста.

Ученический коллектив- это группа учеников, объединенная общей социально значимой целью, деятельностью, организацией этой деятельности, отличающаяся сплоченностью, общей ответственностью, взаимной зависимостью при безусловном равенстве всех членов в правах и обязанностях[26;80].

Для подлинно развитого детского коллектива, чаще всего характерна общность целей и мотивов совместной деятельности, забота об общем результате.

Напомним, что отношения между школьниками первых и вторых классов обычно устанавливаются учителем, который организует совместную деятельность детей. К третьему и четвертому классу у каждого ребенка появляется потребность иметь определенный статус в коллективе, именно в

этот момент происходит становление детского коллектива как условия и средства воспитания.

Детский коллектив не только объект, но и субъект воспитательного процесса. Каждый ребенок является членом классного коллектива, каждый должен реально выступать в принятии решений, коллективных выборов[45;143].

Целью детского коллектива является не давление на личность ребенка, а побуждение ребенка к всестороннему раскрытию творческих сторон его личности. Создание условий для проявления самостоятельности, инициативы, развития индивидуальности каждого ребенка обеспечивает раскрытие богатства нравственной сферы личности, формирование ее морально-волевых качеств[47;223].

Напомним, что взаимоотношения младших школьников в классном коллективе первоначально развиваются как функционально-ролевые.

Сплоченность коллектива- важнейшая характеристика, мера его единения, вызванного осознанием обязанности цели, задач и идеалов, а также межличностными отношениями, имеющими характер товарищества, взаимопомощи[48;89].

Сплоченность коллектива определяется А.А.Гусалиновой как идейное, нравственное, интеллектуальное, эмоциональное и волевое единство его членов, развивающееся на основе такой объективной характеристики, как организационное единство[27;16].

В.А.Богданов и В.Е.Семенов рассматривают сплоченность, как существенный и характерологический признак первичного коллектива, при этом экспериментальные способы обнаружения феномена сплоченности связывают с анализом системы коммуникаций и взаимодействий в коллективе[41;72].

В.В.Шпалинский считает, что при использовании традиционных методических процедур представления о сплоченности как коммуникативном объединении людей более или менее адекватно отражает

реальный феномен диффузных групп, но оказывается совершенно непродуктивным, когда они превращаются в методологическую основу исследования коллектива, объединенного в первую очередь целями, задачами и принципами совместной общественно-полезной деятельности.[41;61] Авторам ставится задача поиска более информативных параметров групповой сплоченности, которые включали бы в себя не только эмоционально-психологические, но прежде всего содержательные социально-психологические характеристики[41;81].

В качестве характеристик сплоченности А.В.Петровский предложил выделить ценностно-ориентационное единство, коллективистскую идентификацию и самоопределение[49;61].

Показатели сплоченности коллектива:

Ценностно-ориентационное единство - это сближение оценок в нравственной и деловой сфере, в подходе к целям и задачам совместной деятельности.

Адекватность возложения ответственности за результаты совместной деятельности - носят в основном объективный характер - вклад каждого члена коллектива в общее дело в независимости от конечного успеха или неудачи совместной деятельности.

Сплоченность - это психическое образование, которое объединяет всех членов коллектива в их совместной деятельности и создает целостное единство коллектива[47;71]. Это мера тяготения членов коллектива друг к другу и к коллективу. Это неперенное качество любого трудового коллектива. Необходимость движения к общей цели предполагает наличие определенной общности взаимодействия между членами коллектива. И если общность цели и взаимодействие захватывают всех членов коллектива, если они вовлекаются в процесс движения, то за бортом остаются многие неурядицы, личные неприязни, антипатии[46;132]. У сплоченного коллектива меньше проблем в общении, меньше напряженности и недоверия.

Ненормальные межличностные отношения внутри детского коллектива, несправедливое распределение ролей между членами группы, все это приводит к конфликтным ситуациям.

Благоприятный моральный климат коллектива - неперенное условие его работоспособности и развития. Дух сотрудничества, поддержки и взаимной требовательности, четкость организации и согласованность усилий - вот те резервы, которые позволяют повысить эффективность сплоченности коллектива. Сплоченность коллектива, как считает ряд авторов при описании его психологических характеристик, называют ведущей коллективистской направленностью[42;62].

Внутриколлективная сплоченность представляет собой единство мнений и поведения членов коллектива, основанной на общности интересов, ценностей и норм поведения[42;142]. Это интегральная характеристика коллектива.

Основные составными элементами сплоченности - сработанность членов коллектива, их ответственность и обязанность друг перед другом, согласованность действий и взаимопомощь в процессе труда[42;63].

В процессе сплочения коллектива происходит формирование единства интересов, норм поведения, коллективных ценностей.

Сплоченность как черта выражает степень единомыслия и единодействия ее членов, является обобщенным показателем их духовной общности и единства.

Психологическое состояние своей защищенности, чувство, что с группой ничего не случится, обеспечивают лидеры, пользующиеся уважением и непререкаемым авторитетом. При твердой уверенности в правильности действий лидера все усилия членов группы интегрируются и направляются на творческое выполнение отданных им распоряжений» [42;62].

Таким образом, не каждая группа людей является коллективом, у него есть свои особенности. Каждый школьник проявляет себя по-разному,

находясь в коллективе сверстников. Многие известные педагоги и учёные изучали коллектив, его отличия и признаки, стадии формирования и развития. Каждый ученый определил свои особенности и стадии развития. Сплочённость - это важнейшая характеристика коллектива. Показателями сплоченности коллектива являются - ценностно-ориентационное единство и адекватность возложения ответственности за результаты совместной деятельности. Она характеризуется наличием общей цели, сотрудничеством, единством мнений, интересов, поведения. Благоприятный моральный климат коллектива одно из условий формирования коллектива.

Сплоченность группы – это процесс развития внутригрупповых связей, соответствующий развитию групповой деятельности. Три слоя групповых структур могут одновременно быть рассмотрены и как три уровня развития группы, в частности, три уровня развития групповой сплоченности. На первом уровне (что соответствует поверхностному слою внутригрупповых отношений) сплоченность действительно выражается развитием эмоциональных контактов.

На втором уровне (что соответствует второму слою) происходит дальнейшее сплочение группы, и теперь это выражается в совпадении у членов группы основной системы ценностей, связанных с процессом совместной деятельности.

На третьем уровне (что соответствует «ядерному» слою внутригрупповых отношений) интеграция группы (а значит, и ее сплоченность) проявляется в том, что все члены группы начинают разделять общие цели групповой деятельности[45;53].

Существенным моментом при этом выступает то обстоятельство, что развитие сплоченности осуществляется не за счет развития лишь коммуникативной практики, но на основе совместной деятельности. Кроме того, единство группы, выраженное в единстве ценностных ориентации членов группы, интерпретируется не просто как сходство этих ориентации,

но и как воплощение этого сходства в ткань практических действий членов группы [16;104].

При такой интерпретации сплоченности обязателен третий шаг в анализе, т.е. переход от установления единства ценностных ориентации к установлению еще более высокого уровня единства – единства целей групповой деятельности как выражения сплоченности. «Если каждый из вышеназванных феноменов сплоченности является показателем интегрированное лишь отдельных пластов и слоев внутригрупповой активности, то общность цели, будучи детерминантой всех их вместе взятых, может служить референтом действительного единства группы как целого»[47;156].

Мы можем выделить факторы, оказывающие влияние на оптимальное формирование межличностных отношений в младшем школьном возрасте:

1. Успех в совместной деятельности (обеспечение успеха помогает изменить низкий социометрический статус младшего школьника в школе).
2. Включение детей в значимые для них виды деятельности, связанные с четкой установкой на результат.
3. Повышение уровня умений и навыков.
4. Повышение уровня развития общительности ребёнка, навыков общения.
5. Наличие потребности в общении.
6. Характер оценки учителя.
7. Речевая активность детей, причем речевая активность может изменить межличностный статус в более высокую сторону.

Установив причину трудностей в отношениях ребёнка со сверстниками, выяснив, почему тот или иной ребёнок не принят детским коллективом, учитель должен помочь таким детям наладить отношения со сверстниками.

Для изменения отношения сверстников к таким детям можно использовать следующие приёмы:

- система положительных оценок-поощрений таких детей в присутствии сверстников, чтобы поднять их авторитет;
- выделять даже самые незначительные успехи ребёнка в разных видах деятельности, его хорошие личностные качества, положительные поступки;
- привлекать детей к участию в праздничных концертах и других мероприятиях, чтобы обратить внимание сверстников на их успехи;
- поручать детям (с учетом их интересов и склонностей) посильные самостоятельные задания, важные для всего класса.

Для укрепления положительных взаимоотношений важно поддерживать таких детей перед сверстниками, сохранять для них положительный микроклимат в группе.

Таким образом, целенаправленное включение младшего школьника в коллективные, партнерские отношения в образовательном процессе способствует формированию положительных межличностных отношений, а значит, и положительной самооценки и оптимальному микроклимату в классном коллективе.

Выводы по главе 1

«Межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности».

Ребенок в младшем школьном возрасте активно овладевает навыками общения, в этом возрасте происходит интенсивное установление дружеских контактов.

Для начала эти дружественные контакты носят ситуативный характер, ребенок выбирает себе партнера не по качествам личности, а по отношению учителя к тому или иному ученику, по таким критериям как место за одной партой, внешняя похожесть, цвет глаз, одинаковые кофты и т.д. В более старшем возрасте, начиная примерно с третьего класса, дети выбирают себе партнера для общения по критериям качеств личности, общение теперь происходит не только в рамках школьного кабинета, но и выходит за границы учебного процесса. Несмотря на это дружеские отношения остаются только между детьми одного пола, разнополое общение появится в подростковом возрасте, а на данном этапе носит ситуативный характер.

Коллектив детей младших школьников- это сложный структурный элемент, который проходит ряд изменений в процессе своего становления. Для оптимального функционирования данного коллектива нужно приложить большие усилия, не только самим участникам коллектива, но и психологам и педагогам и даже родителям.

Оптимизация- (от лат. optimus – наилучший) – 1. Процесс выбора наилучшего варианта из возможных. 2. Процесс приведения системы в наилучшее (оптимальное) состояние. Под оптимальным состоянием

понимается состояние, наиболее соответствующее определенным условиям и задачам.

Для оптимизации межличностных отношений в коллективе детей младшего школьного возраста чаще всего используются игровые формы взаимодействия, тренинги для сплочения коллектива. Также не маловажную роль имеет вовлечение детей в коллективную деятельность учителем, так как учитель занимает авторитетную позицию.

Глава 2. Эмпирическое исследование оптимизации межличностных отношений младших школьников.

2.1. Организация диагностического исследования.

Приступая к эмпирическому исследованию самооценки и социометрического статуса детей младшего школьного возраста, мы отобрали выборку, где средний возраст участников 10 лет. Экспериментальная база исследования школа 143, города Екатеринбурга, Свердловской области.

Цель экспериментального исследования заключалась в изучении уровня самооценки детей младшего школьного возраста, и влияния на социометрический статус ребенка в классном коллективе.

Были использованы следующие диагностические методики:

1. Методика «Лесенка». Разработанная Щур В.Г., представляет собой бланк с изображением лесенки из семи степеней, респонденту дается задание подумать и решить на какую ступеньку он бы поставил себя, при этом о каждой ступеньке рассказывается в отдельности, какие люди на ней находятся (плохие, хорошие и т.д.).

«Лесенка» имеет два варианта использования: групповой и индивидуальный. Групповой вариант позволяет оперативно выявить уровень самооценки. При индивидуальном изучении самооценки есть возможность выявить причину, которая сформировала (формирует) ту или иную самооценку, чтобы в дальнейшем в случае необходимости начать работу по коррекции трудностей, возникающих у детей. Инструкция: У каждого участника – бланк с нарисованной лесенкой, ручка или карандаш; на классной доске нарисована лесенка. «Ребята, возьмите красный карандаш и послушайте задание. Вот лесенка. Если на ней расположить всех ребят, то здесь (показать первую ступеньку, не называя ее номер) будут стоять самые хорошие ребята, тут (показать вторую и третью) – хорошие, здесь (показать четвертую) – ни хорошие, ни плохие ребята, тут (показать пятую и шестую

ступеньки) – плохие, а здесь (показать седьмую ступеньку) – самые плохие. На какую ступеньку ты поставишь себя? Нарисуй на ней кружок». Затем повторить инструкцию еще раз.

Качественная обработка предполагает интерпретацию той ступени, на которую поставил себя ребенок. Полнотекстовый вариант методики «лесенка» представлен в приложении № 1 нашей работы.

Цель данной методики: определить особенности самооценки ребенка (как общего отношения к себе) и представлений ребенка о том, как его оценивают другие люди.

2.Методика Дембо-Рубинштейн в модификации А.М.Прихожан.
Разработанная Сергеем Леонидовичем Рубинштейн и Тамарой Вульфовой Дембо.

Целью данной методики является выявление уровня самооценки школьника по заранее заданным качествам личности; выбор тех или иных качеств личности обусловлен целями исследования (например, установленных с помощью других методов трудностей в общении, для получения дополнительной информации можно предложить для оценки такое качество как общительность).

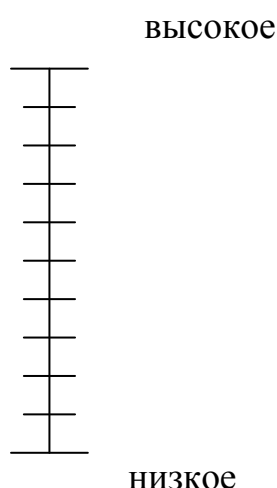
Материалом для исследования послужил ряд шкал (100 мм.), условно обозначающих проявление различных качеств личности (доброта, честность, сообразительность и др.)

Методика предполагает следующую процедуру проведения: Ребенку предлагается ряд шкал, условно обозначающих проявление различных черт личности, и следующая инструкция: "Допустим, что на этой линии расположились все люди мира в порядке повышения их состояния здоровья (пример со шкалой здоровья): внизу – самые больные люди, вверху – самые здоровые (те, которые никогда не болеют). Как ты думаешь, где твое место среди всех людей мира по состоянию здоровья?".

На примере оценки качества "здоровье" ребенок с помощью экспериментатора усваивает выполнение инструкции. Работу с остальными

шкалами он осуществляет самостоятельно.

Пример шкалы:



Высота самооценки определяется с помощью условного разбиения шкал на отрезки в соответствии с пятибалльной системой. При этом одно деление на шкале является равным 0,5 балла. Исходя из этого подсчитывается средний балл самооценки. "Нормальной", "Средней" самооценкой принято считать самооценку со средним баллом 2.5 и немного выше; "Высокой" – со средним баллом 4–5; "Низкой" – со средним баллом 0-2.5.

3.методика изучения социометрического статуса.

Социометрия — это социально—психологический тест, направленный на выявление взаимоотношений внутри группы людей: каковы симпатии внутри группы, кто является всеобщим любимчиком, а кого обходят стороной.

Методику социометрии широко применяют для школьников как в начальных, так и в старших классах. Этот метод основан на воображаемом выборе, который делают все члены группы. Предлагается достаточно напряженная эмоциональная ситуация, в рамках которой участникам необходимо сделать выбор на бумаге в пользу или против некоторых членов группы. Стоит отметить, что у школьников нет как таковой совместной деятельности — чаще всего они просто учатся вместе, сидя друг с другом за партой. Поэтому им тяжело будет выбирать в своей группе лидера. Однако оценить эмоциональную атмосферу класса при помощи социометрии

возможно.

Цели проведения социометрии для детей.

Для младших школьников проведение социометрии становится действительно информационным, начиная с 3-4 класса, когда приоритетом кроме учебной деятельности становится общение между сверстниками.

Методика проведения социометрии для школьников

Сбор информации

Для того чтобы создать целостную картину о классе необходимо перед проведением письменного опроса учащихся, нужно провести подготовительную работу по сбору информации. Для этого необходимо:

- изучить документацию (классный журнал, личные дела);
- провести беседы с учителями, работающими с этими детьми;
- посетить уроки и внеклассные мероприятия, с целью наблюдения

за поведением и взаимоотношениями детей класса.

Опрос

Существует определенная технология, как нужно провести опрос в классе для социометрии, чтобы получить наиболее достоверные результаты. Она заключается в следующем:

1. Проводится инструктаж, то есть объясняется, где и как писать.
2. Каждому ребенку задавался вопрос «Кого ты пригласишь на свой день рождения?». Необходимо было написать всего троих детей присутствующих в классе.

Для определения статуса ребенка использовалась обработка результатов социометрического исследования, предложенная Я.Л.Коломинским. Статус ребенка определяется количеством полученных им выборов. В соответствии с результатами дети относятся к одной из четырех статусных категорий: 1- «звезды» (5 и более выборов), 2- «предпочитаемые» (3-4 выбора), 3- «принятые» (1-2 выбора), 4- «непринятые» (0 выборов). 1 и 2 статусные категории являются благоприятными, говорят о благополучном положении ребенка в системе

межличностных отношений, 3 и 4 – неблагоприятными, они указывают на неблагоприятное положение ребенка в системе межличностных отношений со сверстниками.

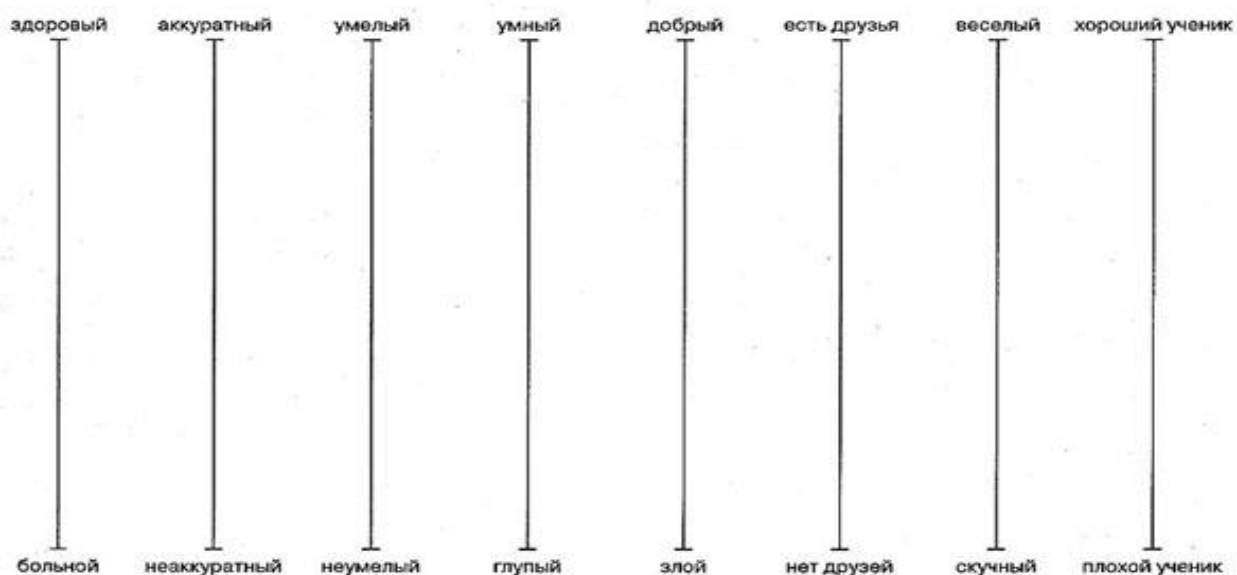
2.2.Эмпирические исследования социометрического статуса младшего школьника и его самооценки.

Совокупность испытуемых 42 человека, учащихся в 4-х классах.

Респонденты были разделены на подгруппы классов А и В.

На первом этапе нашего исследования мы проводили методику, в подгруппе А, разработанную Дембо-Рубинштейн направленную на изучение самооценки младшего школьника. Школьникам были предложены бланки с нарисованными шкалами, для оценки своих качеств.(рис1)

Рисунок 1



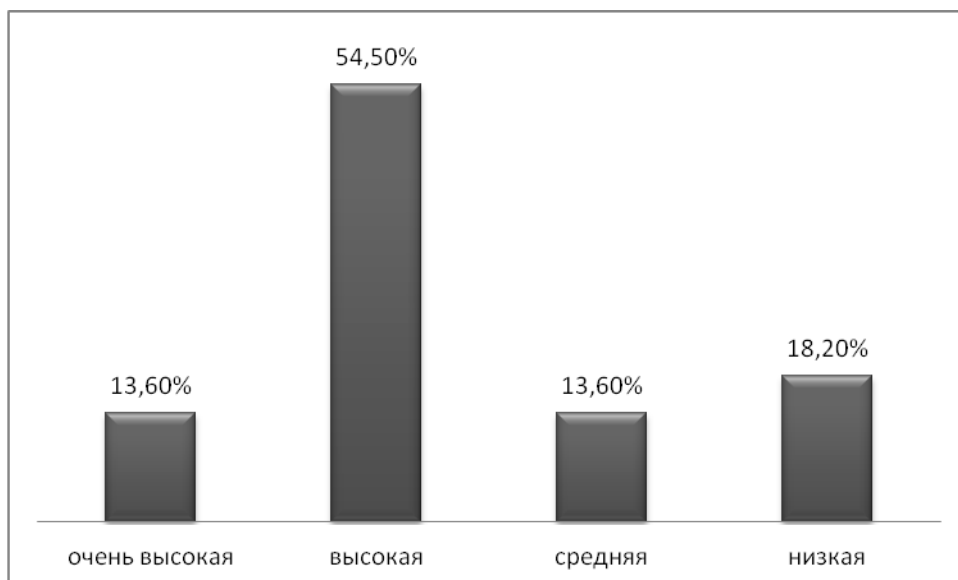
В результате обработки данной методики, мы получили следующие результаты, которые занесли в таблицу 1.

Таблица 1

крестина	100	85	84	70	72	72	76	76	средняя
максим	20	73	87	54	78	80	62	73	высокая
никита	83	95	97	88	94	95	52	94	оч высокая
антон	20	71	72	52	68	100	61	68	высокая
алина	85	68	83	69	88	94	86	85	высокая
илья	55	69	69	94	86	99	88	86	высокая
аня	61	81	60	91	100	91	84	84	высокая
паша	3	100	75	55	56	74	81	74	высокая
тарас	2	2	2	6	5	13	2	2	низкая
маша	50	52	74	35	15	92	51	51	низкая
лев	100	54	78	100	80	95	53	80	высокая
ульяна	100	92	88	89	86	55	70	88	высокая
сергей	43	88	34	17	92	97	20	43	низкая
вероника	51	62	49	47	75	50	90	51	низкая
влад	56	73	46	20	96	86	57	57	средняя
лина	70	96	71	95	86	75	69	75	высокая
ярослав	35	100	82	91	100	100	80	91	оч высокая
рома	76	70	85	46	78	86	80	78	высокая
алеша	85	91	86	96	83	90	93	90	оч высокая
андрей	73	74	70	51	65	70	88	70	высокая
денис	90	70	73	55	25	67	65	67	средняя
лиана	82	56	58	83	78	91	92	82	высокая

Для более удобного рассмотрения мы представили результаты таблице в процентном соотношении в виде диаграммы 1.

Диаграмма1



Из данной диаграммы мы можем увидеть, у большинства учащихся подгруппы А (54,5%) высокий уровень самооценки, в интерпретации, предложенной Дембо-Рубинштейн, данный уровень является нормальным для учащихся начальной школы.

Так же мы можем наблюдать 13,6% учащихся со средним уровнем самооценки, данный уровень так же считается нормальным.

На диаграмме видно, что есть некоторое количество учеников (18,2%) с низкой самооценкой, на данных учеников нужно обратить внимание психолога и педагога, так как уже говорилось ранее, низкий уровень может носить ситуативный характер, а может и нанести вред ребенку в его дальнейшей жизни.

Так же есть и ученики с очень высоким уровнем самооценки(13,6%), такой уровень самооценки может указывать на какие-то отклонения в формировании личности ребенка- закрытость для получения нового опыта, нечувствительность к своим ошибкам, замечаниям и оценкам окружающих

людей. На данную категорию также рекомендуется обратить внимание школьного психолога и классного руководителя.

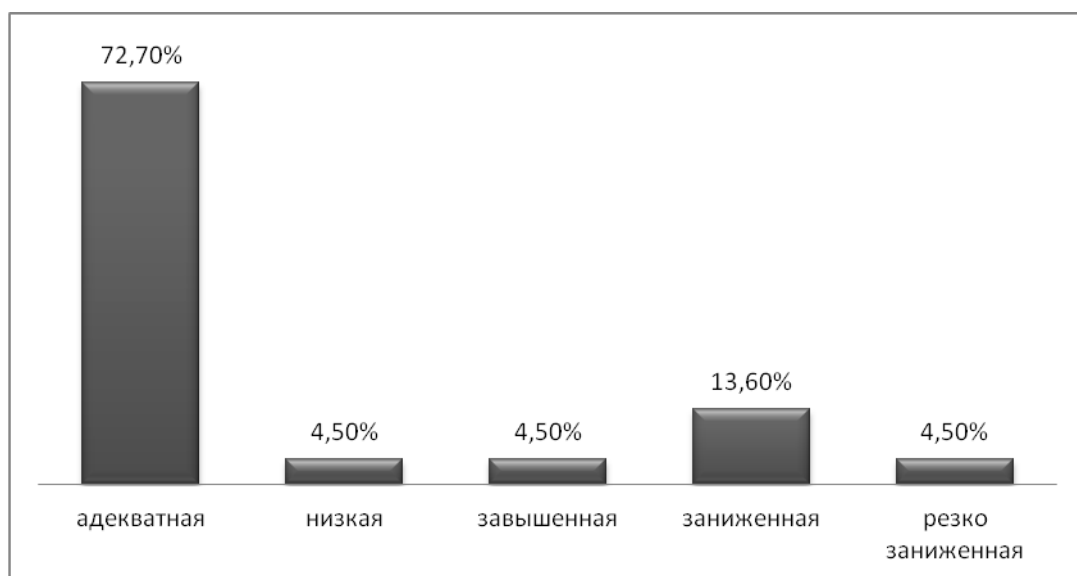
Далее была проведена методика «лесенка» разработанная В.Г.Щур. Результаты также были занесены в таблицу 2.

Таблица 2

крестина	адекватная
максим	заниженная
никита	завышенная
антон	адекватная
алина	адекватная
илья	адекватная
аня	адекватная
паша	адекватная
тарас	резко заниженная
маша	адекватная
лев	адекватная
ульяна	адекватная
сергей	низкая
вероника	адекватная
влад	заниженная
лина	адекватная
ярослав	адекватная
рома	адекватная
алеша	адекватная
андрей	заниженная
денис	адекватная
лиана	адекватная

Для более удобного рассмотрения результаты предоставлены в диаграмме 2.

Диаграмма 2



Из данной диаграмме мы видим, что по данной методике, в подгруппе А большинство респондентов имеют адекватный уровень самооценки (72,7%), у данных детей сформировано положительное отношение к себе, он умеет оценивать себя и свою деятельность. Это нормальный вариант развития самооценки для ребенка младшего школьного возраста.

Так же мы можем видеть (13,6%) респондентов имеют заниженную самооценку. Как правило, это связано с какой-либо психологической проблемой ученика. Для того что бы понять причины заниженной самооценки нужно провести отдельную консультацию с ребенком и родителями.

Одинаковое количество респондентов (4,5%) имеют низкую, завышенную и резко заниженную самооценку. Что касается респондентов с завышенной самооценкой, данный уровень характерен для учащихся 1

класса, скорее всего, что респонденты принимавшие участие в нашем исследовании еще не научились адекватно оценивать свою деятельность, и принимать замечания окружающих их людей. Так же как и в интерпретации методики Дембо-Рубинштейн, низкий уровень самооценки может носить ситуативный характер, а может и серьезно навредить ребенку в дальнейшей его жизни. Дети, у которых, резко заниженный уровень самооценки нуждаются в срочной квалифицированной помощи. Причинами такого уровня самооценки могут быть школьная дезадаптация, личностное или эмоциональное неблагополучие ребенка.

После этого была проведена методика на изучение социометрического статуса каждого учащегося в условиях классного коллектива.

**Социогра
мма 1**

№	ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
1	крестина	■														+						+	
2	максим		■		+			+															
3	никита			■	+						+							+					
4	антон				■							+		+									
5	алина					■									+		+	+					
6	илья				+		■								+				+				
7	аня				+			■							+								
8	паша				+				■	+													
9	тарас									■													
10	маша										■	+			+	+							
11	лев										+	■				+							
12	ульяна										+		■		+		+						

		ный						
3	никита	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0.14	0	0.14
4	антон	звезда	0.29	0	0.29	0.1	0	0.1
5	алина	изолированный	0	0	0	0.14	0	0.14
6	илья	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0.14	0	0.14
7	аня	принятый	0.1	0	0.1	0.1	0	0.1
8	паша	изолированный	0	0	0	0.1	0	0.1
9	тарас	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0	0	0
10	маша	предпочитаемый	0.19	0	0.19	0.14	0	0.14
11	лев	принятый	0.14	0	0.14	0.1	0	0.1
12	ульяна	предпочитаемый	0.19	0	0.19	0.14	0	0.14
13	сергей	изолированный	0	0	0	0	0	0
14	вероника	звезда	0.43	0	0.43	0.14	0	0.14
15	влад	звезда	0.24	0	0.24	0.14	0	0.14
16	лина	звезда	0.24	0	0.24	0.14	0	0.14

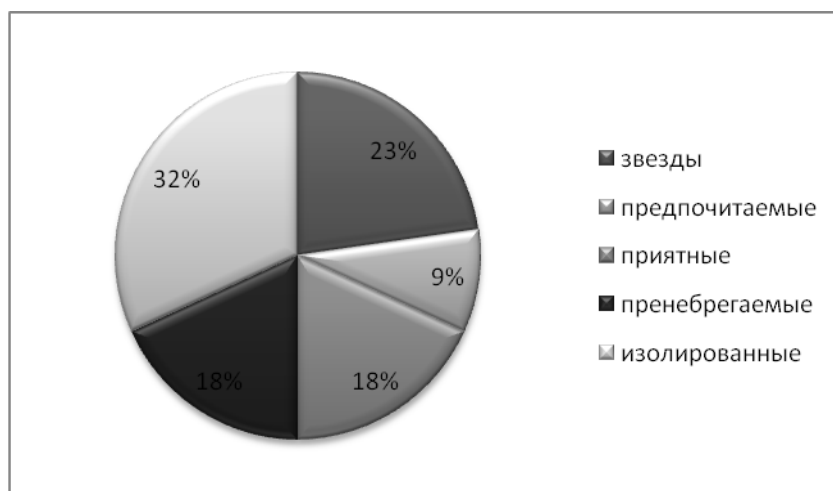
17	ярослав	звезда	0.29	0	0.29	0.14	0	0.14
18	рома	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0.14	0	0.14
19	алеша	приятный	0.1	0	0.1	0.14	0	0.14
20	андрей	изолированный	0	0	0	0.1	0	0.1
21	денис	приятный	0.14	0	0.14	0.14	0	0.14
22	лиана	изолированный	0	0	0	0.14	0	0.14

* — Индекс социометрического статуса отражает отношение членов группы к каждому ее представителю.

** — С психологической точки зрения показатель экспансивности характеризует потребность личности в общении.

Представим процентное соотношение количества звезд, пренебрегаемых, изолированных и приятных в диаграмме.

Диаграмма 3



Из данной диаграммы 3 мы можем сделать вывод.

В одной академической группе А, была проведена социометрическая методика (положительные выборы «кого бы ты пригласил на свой День рождения?»). Общее количество человек 22(было предоставлено 3 выбора). Группа стабильная, статусных изменений в ближайшее время не было.

КПБ = (звезды + предпочитаемые)-(пренебрегаемые + изолированные)

КПБ= -4, что свидетельствует о неблагоприятном социально-психологическом климате (СПК).

Количество :

звезды	5	22,70%
предпочитаемые	2	9,10%
приятные	4	18,20%
пренебрегаемые	4	18,20%
изолированные	7	31,80%

Особое внимание следует уделить на большое количество человек со статусом « изолированные», это отрицательно сказывается на КПБ.

Также наличие социометрических пропастей.

В группе преимущественно преобладают децентрированные каналы коммуникаций. В выборке множество микрогрупп. Большое количество изолированных участников- 1,2,5,8,13,20,22.

У участников по № 2 и 20- заниженная самооценка, у № 13- низкая самооценка, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу о влиянии самооценки на социометрический статус ребенка в классном коллективе, а из этого следует, что межличностные отношения напрямую зависят от социометрического статуса каждого члена коллектива.

На втором этапе нашего исследования мы проводили такие же методики только на респондентах из подгруппы В.

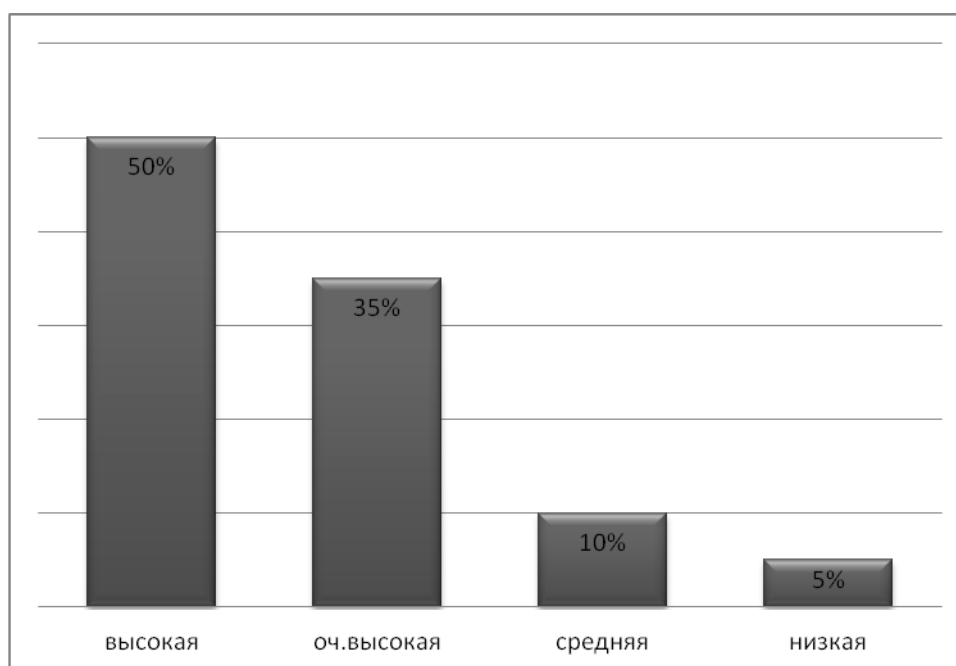
Результаты методики Дембо- Рубинштейн представлены в таблице 4.

Таблица 4

алена	92	92	81	81	96	86	79	89	высокая
иван	88	95	87	92	94	89	87	89	высокая
максим	80	69	52	78	88	81	67	78	высокая
эдик	88	93	94	91	89	92	55	91	оч высокая
злата	92	97	58	97	96	96	71	96	оч высокая
максим	95	55	60	97	18	72	52	60	средняя
лада	80	93	97	76	98	93	93	93	оч высокая
мадина	80	76	61	70	86	68	52	70	средняя
игорь	74	88	95	98	89	51	90	89	высокая
настя	80	73	86	88	93	94	94	88	высокая
олег	94	94	96	96	90	95	95	95	оч высокая
стас	76	80	81	81	83	83	71	81	высокая
катя	100	100	100	100	100	100	58	100	оч высокая
настя	86	39	51	83	82	85	55	82	высокая
юра	94	95	92	94	96	95	94	94	оч высокая
оля	58	91	89	95	86	96	69	89	высокая
данил	90	48	38	55	51	30	51	51	низкая
вика	89	90	82	82	85	89	87	87	высокая
кирилл	69	43	85	84	97	94	83	84	высокая
асия	76	89	94	92	95	95	96	94	оч высокая

Для более удобного рассмотрения результатов представим таблицу в виде диаграммы в процентном соотношении.

Диаграмма 4



Из данной диаграммы мы можем увидеть, у большинства учащихся подгруппы В (50%) высокий уровень самооценки, в интерпретации, предложенной Дембо-Рубинштейн, данный уровень является нормальным для учащихся начальной школы.

Так же мы можем наблюдать 10% учащихся со средним уровнем самооценки, данный уровень так же считается нормальным.

На диаграмме видно, что есть некоторое количество учеников (5%) с низкой самооценкой, как уже говорилось выше на данных учеников нужно обратить особое внимание психолога и педагога, низкий уровень самооценки может носить ситуативный характер, а может и нанести вред ребенку в его дальнейшей жизни.

Так же есть и ученики с очень высоким уровнем самооценки(35%), такой уровень самооценки может указывать на какие-либо отклонения в формировании личности ребенка- закрытость для получения нового опыта, нечувствительность к своим ошибкам, замечаниям и оценкам окружающих людей. На данную категорию также рекомендуется обратить внимание школьного психолога и классного руководителя.

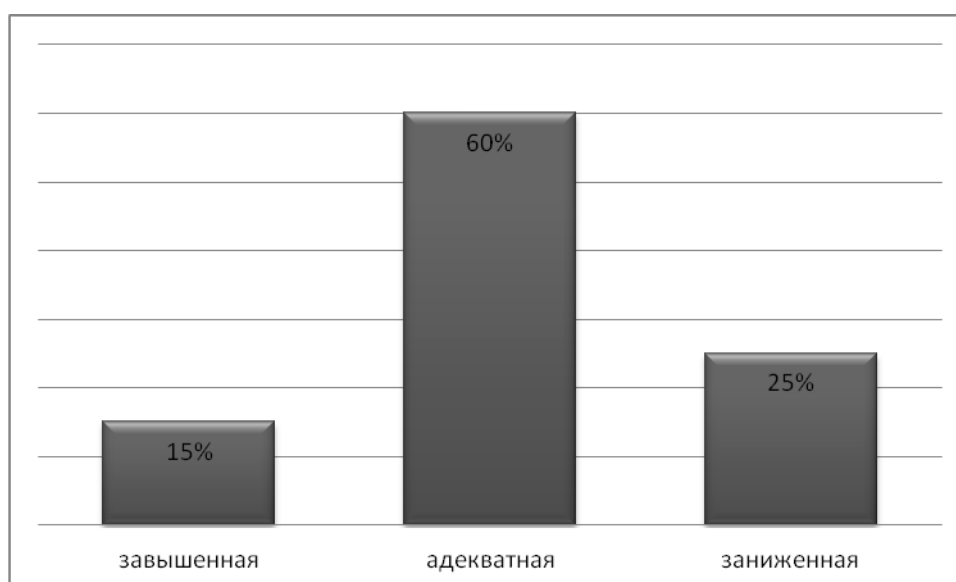
Также на подгруппе В была проведена методика «Лесенка», результаты представлены в таблице 5.

Таблица 5

алена	завышенная
иван	адекватная
максим	заниженная
эдик	заниженная
злата	адекватная
максим	адекватная
лада	завышенная
мадина	адекватная
игорь	адекватная
настя	адекватная
олег	заниженная
стас	адекватная
катя	завышенная
настя	заниженная
юра	заниженная
оля	адекватная
данил	адекватная
вика	адекватная
кирилл	адекватная
асия	адекватная

Для более удобного рассмотрения представим результаты в виде диаграммы 5.

Диаграмма 5



Из данной диаграмме мы видим, что по методике, в подгруппе В большинство респондентов имеют адекватный уровень самооценки (60%),у

данных детей сформировано положительное отношение к себе, они умеют оценивать себя и свою деятельность. Это нормальный вариант развития самооценки для ребенка младшего школьного возраста.

Так же мы можем видеть (25%) респондентов имеют заниженную самооценку. Как правило, это связано с какой-либо психологической проблемой ученика. Для того что бы понять причины заниженной самооценки нужно провести отдельную консультацию с ребенком и родителями.

В подгруппе В 15% респондентов имеют завышенный уровень самооценки, данный уровень характерен для учащихся 1 класса, как уже было сказано на примере подгруппы А, скорее всего, что респонденты принимавшие участие в нашем исследовании еще не научились адекватно оценивать свою деятельность, и принимать замечания окружающих их людей.

После этого была проведена методика на изучение социометрического статуса каждого учащегося в условиях классного коллектива.

Социограмма 2

№	ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	¹ 7	18	19	20
1	алена					+		+												+	
2	иван						+			+			+								
3	максим												+							+	
4	эдик			+									+			+					
5	злата	+	+					+													
6	максим		+										+								
7	лада	+				+														+	
8	мадина		+																		
9	игорь						+							+						+	
10	настя							+					+								
11	олег						+											+			
12	стас		+							+											
13	катя						+		+												+
14	настя																+	+			
15	юра														+		+	+			
16	оля														+						+
17	данил							+		+									+		
18	вика							+		+		+									
19	кирилл		+			+		+													
20	асия													+			+				

Всего	2	5	1	0	3	4	6	0	1	4	0	6	2	2	1	3	3	1	4	2
Всего взаимно- положительных	2	2	0	0	2	1	3	0	1	1	0	2	2	1	0	2	0	0	1	2

Взаимно-положительные выборы

Алена- Злата, Алена-Лада, Иван-Максим, Иван-Стас, Злата-Лада, Лада-Кирилл, Игорь-Катя, Настя-Стас, Катя- Асия, Настя-Оля, Оля- Асия.

Таблица 6

№	ФИО	Статус	Персональные социометрические индексы					
			Социометрический статус *			Эмоциональная экспансивность **		
			положи- тельный	отрица- тельный	общий	положи- тельная	отрица- тельная	общая
1	алена	принятый	0.11	0	0.11	0.16	0	0.16
2	иван	звезда	0.26	0	0.26	0.16	0	0.16
3	максим	пренебрега емый	0.05	0	0.05	0.11	0	0.11
4	эдик	изолирован ный	0	0	0	0.16	0	0.16
5	злата	принятый	0.16	0	0.16	0.16	0	0.16
6	максим	предпочита емый	0.21	0	0.21	0.11	0	0.11
7	лада	звезда	0.32	0	0.32	0.16	0	0.16
8	мадина	изолирован ный	0	0	0	0.05	0	0.05
9	игорь	пренебрега емый	0.05	0	0.05	0.16	0	0.16
10	настя	предпочита емый	0.21	0	0.21	0.11	0	0.11
11	олег	изолирован ный	0	0	0	0.11	0	0.11
12	стас	звезда	0.32	0	0.32	0.11	0	0.11
13	катя	принятый	0.11	0	0.11	0.16	0	0.16
14	настя	принятый	0.11	0	0.11	0.11	0	0.11

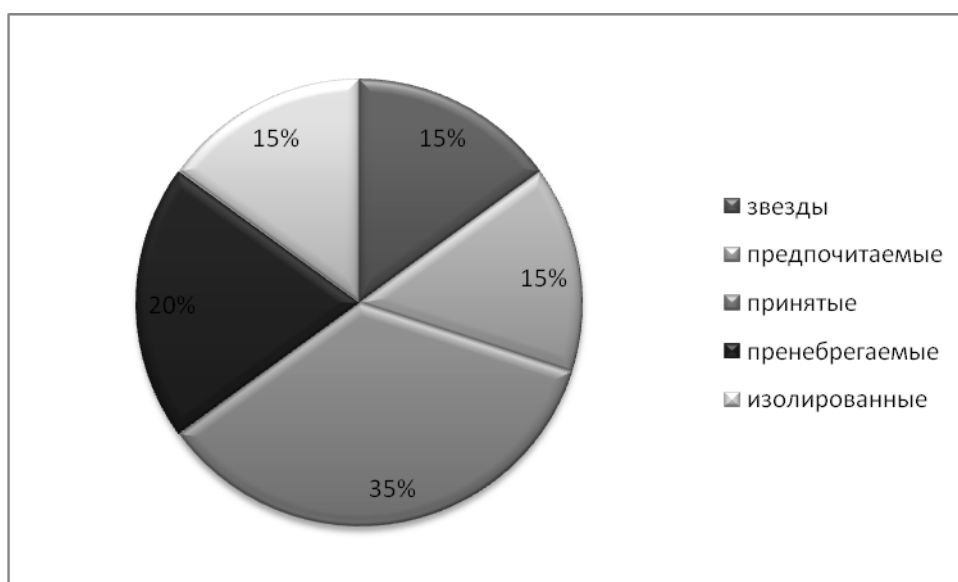
15	юра	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0.16	0	0.16
16	оля	принятый	0.16	0	0.16	0.11	0	0.11
17	данил	принятый	0.16	0	0.16	0.16	0	0.16
18	вика	пренебрегаемый	0.05	0	0.05	0.16	0	0.16
19	кирилл	предпочитаемый	0.21	0	0.21	0.16	0	0.16
20	асия	принятый	0.11	0	0.11	0.11	0	0.11

* — Индекс социометрического статуса отражает отношение членов группы к каждому ее представителю.

** — С психологической точки зрения показатель экспансивности характеризует потребность личности в общении.

Представим процентное соотношение количества звезд, пренебрегаемых, изолированных и приятных в диаграмме.

Диаграмма 6



Из данной диаграммы 6 мы можем сделать вывод.

В одной академической группе В, была проведена социометрическая методика (положительные выборы «кого бы ты пригласил на свой День рождения?»). Общее количество человек 20(было предоставлено 3 выбора). Группа стабильная, статусных изменений в ближайшее время не было.

КПБ = (звезды + предпочитаемые)-(пренебрегаемые + изолированные)

КПБ=-1, что свидетельствует о приближении к благоприятному социально-психологическому климату(СПК).

Количество :

звезды	3	15%
предпочитаемые	3	15%
принятые	7	35%
пренебрегаемые	4	20%
изолированные	3	15%

Особое внимание следует уделить на некоторое количество человек со статусом « изолированные», это отрицательно сказывается на КПБ.

В группе преимущественно преобладают децентрированные каналы коммуникаций. В выборке множество микрогрупп. Небольшое количество изолированных участников-4,8,11.

У участников по № 4 и 11- заниженная самооценка, что подтверждает выдвинутую нами гипотезу о влиянии самооценки на социометрический статус ребенка в классном коллективе, а из этого следует что межличностные отношения на прямую зависят от социометрического статуса каждого члена коллектива.

2.3. Программа по оптимизации межличностных отношений в коллективе детей младшего школьного возраста

Данная программа была взята и доработана нами из программы по сплочению коллектива детей младшего школьного возраста на один учебный год разработанной на базе школы № 4 города Нижний Новгород, психологом и классным руководителем Комаровой О.В. и Семеновой Т.И.

Для реализации программы оптимизации нами была выбрана подгруппа А, так как в данной подгруппе по результатам социометрического исследования коэффициент благополучия равен -4.

№ недел и	№ заняти я	Название упражнения	Цель упражнения	Время провожде ния	руководите ль
1	1	Давай познакомим ся	знакомство	10 минут	Мягкова А.Ю.
		Объятие	Она позволяет детям физически выражать свои положительные чувства, тем самым способствуя развитию в классе групповой сплоченности. Стеснительным детям эта игра помогает более близко общаться с другими.	5 минут	Мягкова А.Ю.
		Путанка	Сплочение, улучшение взаимопонимани я участников	10 минут	Мягкова А.Ю.
		Счет до десяти	Научиться чувствовать друг друга, понимать без слов и	10 минут	Мягкова А.Ю.

			мимики		
	2	Пожалуйста	Поднять настроение, помогает настроиться на дальнейшую работу	5 минут	Мягкова А.Ю.
		Мы с тобой похожи тем, что...	Помогает узнать друг друга получше, найти общие интересы	5 минут	Мягкова А.Ю.
		Передай движение	совершенствование навыков координации и взаимодействия на психомоторном уровне, развитие воображения и эмпатии.	15 минут	Мягкова А.Ю.
		Выбери партнера	Научиться чувствовать друг друга, понимать без слов и мимики	15 минут	Мягкова А.Ю.
2	3	Пресс-конференция	развивать навыки эффективного общения; воспитывать желание общаться, вступать в контакт с другими детьми; учить детей задавать различные вопросы на заданную тему, поддерживать беседу.	15 минут	Мягкова А.Ю.
		Ролевая гимнастика	Учить раскованному	15 минут	Мягкова А.Ю.

			поведению, развивать актёрские способности, помогать почувствовать состояние другого существа		
		Слушаем тишину	снять мышечное напряжение; упражнять в концентрации внимания; учить управлять своим эмоциональным состоянием	5 минут	Мягкова А.Ю.
	4	Постановка сказки	Развитие творческих способностей, умение распределять роли	30 минут	Мягкова А.Ю.
3	5	Котел	способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать своё эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.	10 минут	Мягкова А.Ю.
		Найди и промолчи	Воспитание чувства товарищества	10 минут	Мягкова А.Ю.
		Заряд бодрости	Релаксация	5 минут	Мягкова А.Ю.
	6	Секрет	Формирование желания общаться	10 минут	Мягкова А.Ю.

		Создание рисунка по кругу	Развитие мелкой моторики и воображения	15 минут	Мягкова А.Ю.
		Броуновское движение	Учит работать в группе	5 минут	Мягкова А.Ю.

После проведения программы, для проверки ее эффективности, в подгруппе

№	ФИО	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22
---	-----	---	---	---	---	---	---	---	---	---	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----	----

А была проведена повторная диагностика социометрического статуса каждого члена классного коллектива.

Респондентам в индивидуальном порядке был задан вопрос «кого бы ты пригласил на свой

День рождения?» с количеством выборов три человека.

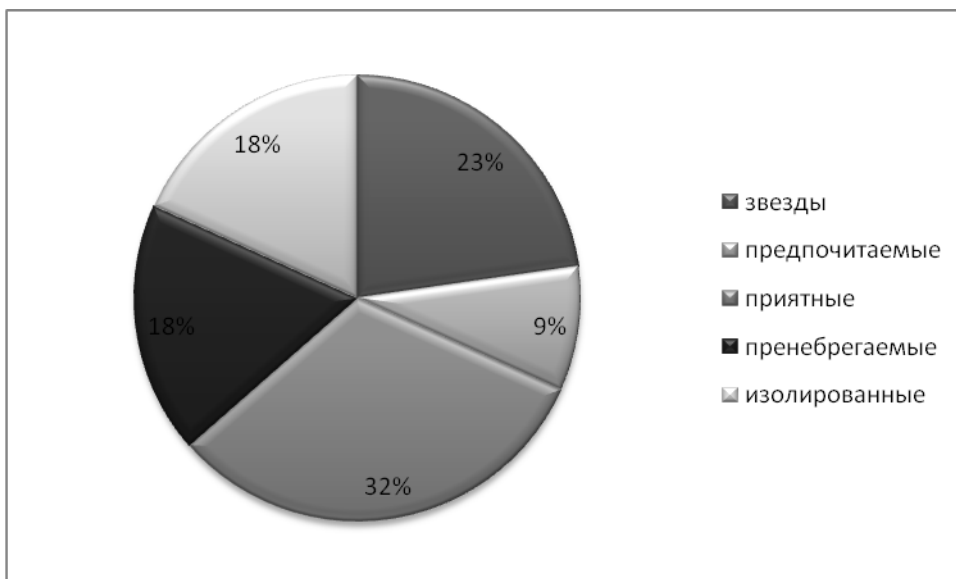
Результаты социометрического исследования были занесены в таблицу.

Таблица 7

Всего взаимно-положительных	0	0	0	0	0	1	1	0	0	2	1	2	0	3	1	3	2	1	1	0	2	0
-----------------------------	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---	---

Результаты представим в виде диаграммы.

диаграмма 7



звезды	5	22,70%
предпочитаемые	2	9,00%
приятные	7	31,80%
пренебрегаемые	4	18,20%
изолированные	4	18,20%

Из диаграммы мы можем увидеть, что после проведения программы по оптимизации межличностных отношений, в коллективе детей младшего школьного возраста возросло число принятых респондентов, и уменьшилось число изолированных.

Результаты до проведения программы:

звезды	5	22,70%
предпочитаемые	2	9,10%
приятные	4	18,20%
пренебрегаемые	4	18,20%
изолированные	7	31,80%

Результаты после проведения программы:

звезды	5	22,70%
предпочитаемые	2	9,00%
приятные	7	31,80%
пренебрегаемые	4	18,20%
изолированные	4	18,20%

Таким образом, исходя из сравнения результатов социометрического исследования в подгруппе А, мы можем сделать вывод, что программа по оптимизации межличностных отношений проведенная нами, имеет эффективность.

Вывод по главе 2

Результаты нашего эмпирического исследования подтвердили взаимосвязь социометрического статуса в группе и самооценки младших школьников, следовательно, можно сделать вывод о влиянии самооценки каждого члена коллектива на межличностные отношения.

Система межличностных отношений является наиболее эмоционально насыщенной для ребенка, поскольку связана с его оценкой и признанием как личности. Поэтому неудовлетворительное положение в группе сверстников переживается детьми очень остро и нередко является причиной снижения самооценки. Однако, если у ребенка существует хотя бы одна взаимная привязанность, он перестает осознавать и не очень переживает свое объективно плохое положение в системе межличностных отношений. Даже один взаимный выбор является своеобразной психологической защитой и может уравновесить несколько отрицательных выборов.

Также мы можем увидеть эффективность программы по оптимизации межличностных отношений детей младшего школьного возраста, после проведения программы коэффициент благополучия стал равняться -1, при результате до проведения программы -4.

Таким образом мы можем сделать вывод, что программа по оптимизации межличностных отношений эффективна и может использоваться. Также исходя из результатов проведенной нами диагностики, можем сказать что гипотеза нашего исследования подтвердилась в полной мере, самооценка ребенка младшего школьного возраста влияет на социометрический статус этого ребенка в коллективе сверстников.

Заключение

В современном обществе огромную роль занимает общение и развитие межличностных отношений, так как ни один вид деятельности не обходится без коммуникации. Проведя теоретический анализ проблемы оптимизации межличностных отношений младших школьников, можно сделать вывод о том, что понятие «межличностные отношения» в психологических исследованиях трактуется по-разному, но один факт остается неизменным, большинство авторов отмечает что межличностные отношения – Межличностные отношения - это объективно переживаемые, в разной степени осознаваемые взаимосвязи между людьми. В их основе лежат разнообразные эмоциональные состояния взаимодействующих людей и их психологические особенности. Межличностные отношения строятся на симпатии, антипатии, привлекательности и предпочтительности, а именно на критерии выбора партнера для общения. По мнению отечественного психолога Н.Н. Обозова: «... эмпатия включает в себя три компонента...»[4;43].

Когнитивный элемент межличностных отношений предполагает осознание человеком того, что ему может нравиться или наоборот не нравиться во взаимодействии с окружающим миром[4;127].

Аффективный элемент предполагает выражение различных эмоций относительно взаимосвязи между людьми. Принято считать, что эмоциональный аспект играет ведущую роль во взаимосвязи людей. «Это, прежде всего, положительные и отрицательные эмоциональные состояния, эмоциональная чувствительность, удовлетворенность чем либо, в том числе собой» [4;132].

Поведенческий компонент реализуется в каких-либо конкретных действиях. В зависимости от ситуации поведение может быть доброжелательным или же отрицательно настроенным. «Между этими поведенческими полюсами имеется большое количество форм

взаимодействия, реализация которых обусловлена социокультурными нормами групп, к которым принадлежат общающиеся» [4;153].

Ребенок в младшем школьном возрасте активно овладевает навыками общения, в этом возрасте происходит интенсивное установление дружеских контактов.

Каждый ребенок в коллективе сверстников обладает определенным статусом, этот статус влияет на межличностные отношения и коэффициент благополучия классного коллектива.

Мы провели ряд диагностических методик: среди них методика по изучению социометрического статуса каждого члена коллектива, и две методики по изучению самооценки каждого респондента, для подтверждения выдвинутой нами гипотезы.

В ходе теоретического и диагностического анализа мы пришли к выводу о том, что существует необходимость в разработке программы по оптимизации межличностных отношений детей младшего школьного возраста.

После разработки и апробации программы по оптимизации межличностных отношений нами был реализован комплекс методик, с целью оценки эффективности данной программы. Для чего был применен тот же диагностический инструментарий, что и на этапе констатирующего эксперимента.

В результате полученных данных можно сделать вывод о том, что разработанная и апробированная нами программа является эффективной и результативной, потому, как, после ее реализации результаты в группе А изменились в положительную сторону.

Из чего можно заключить, что результаты проведенного психолого-педагогического эксперимента свидетельствуют о том, что цель исследования достигнута, а эмпирическая гипотеза подтверждена.

Список литературы

1. Абрамова Г.С. Психологическое консультирование: Теория и опыт: Учебное пособие для студ. Высш. Педагогических учебных заведений – М.: Изд. Центр «Академия», 2011, 240 с.
2. Амельков, А.А. Психологическая диагностика межличностного взаимодействия / А.А. Амельков. – Мозырь: Содействие, 2014. – 108 с.
3. Ананьев Б.Г. Человек, как предмет познания. - СПб.: Питер, 2012. - 288 с.
4. Ананьев, Б. Г. Проблемы возрастной психологии [Текст] / Б.Г. Ананьев. — М.: Просвещение, 2011. – 174 с.
5. Андрущенко Т.Ю. Захарова А.В. Исследование самооценки младшего школьника в учебной деятельности. // Вопросы психологии ,2011 №3 – с 13
6. Байгазова Р.В., Каримова Л.М. Взаимосвязь социометрического статуса и эмоционального состояния младших школьников //Наука в школе и вузе: Материалы республиканской научно-практической конференции молодых ученых, аспирантов и студентов. Часть II. - Бирск: Бирск. гос. соц. - пед. акад., 2012. - С.289 .
7. Божович Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте. - СПб.: Питер, 2011. - 400 с. - (Мастера психологии).
8. Божович, Л.И. Личность и ее формирование в детском возрасте / Л.И. Божович. – М.: Педагогика, 1968. – 296 с.
9. Возрастная и педагогическая психология: учебное пособие для студентов пед. институтов по спец. №2121 «Педагогика и методика начального обучения» / М.В. Матюхина, Т.С. Михальчик, Н.Ф. Прокина [и др.], под общей ред.М.В. Гамезо. – М.: Просвещение, 2013. – 256 с.
10. Возрастная и педагогическая психология: Хрестоматия / Сост. И.В. Дубровина, А.М. Прихожан, В.В. Зацепин. - М.: Академия, 2012. - 368 с.

11. Волков Б.С., Волкова Н.В. Возрастная психология. В 2-х частях. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям. - М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2013. - 343 с.
12. Волков, Б.С., Волкова Возрастная психология. В 2-х частях. Ч.2: От младшего школьного возраста до юношества: учебное пособие для студентов вузов, обучающихся по пед. специальностям / Б.С. Волков, Н.В. Волкова, под ред. Б.С.Волкова. – М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2012. – 343 с.
13. Грейс Крайг. Психология развития / Грейс Крайг. – Серия «Мастера психологии», 2002. – 992 с.
14. Дубровина, И.В., Данилова, Е.Е., Прихожан, А.М. Психология./ Под ред. И. В. Дубровиной. – М.: Просвещение, 2014. – 464 с.
15. Захарова А.В., Андрущенко Т.Ю. Исследование самооценки младших школьников в учебной деятельности // Вопросы психологии. - 2012. - №4. - С. 90-99.
16. Киричук, А.В. Проблемы общения и воспитания / А.В. Киричук. – ч. 2 – Тарту, 2012. – 375 с.
17. Крутецкий, В.А. Психология: учебник для учащихся пед. училищ / В.А. Крутецкий. – 2-е изд., перераб. и доп. – М.: Просвещение, 2014. – 336 с.
18. Кулагина И.Ю. Возрастная психология: Развитие человека от рождения до поздней зрелости: учеб. пособ. для студ. высш. спец. учеб. завед. / И.Ю. Кулагина, В.Н. Колюцкий. - М.: Сфера, 2013. - 464 с.
19. Матюхина М. В., Михальчик Т. С., Парина К. П. Психология младшего школьника. М., 2011.
20. Матюхина М.В. Психология младшего школьника. Учеб. пособ. для студ. заочников факультетов подготовки учителей начальных классов. - изд. 2-е, испр. и доп. - М.: Просвещение, 2010. - 207 с.
21. Менчинская М.А. Приёмы самоуправления познавательной деятельностью и развитие личности. Теоретические проблемы управления

познавательной деятельностью человека, -М; 2014.

22. Младший школьник, его развитие и воспитание /Под общ. ред. П.Ю. Сироткина, А.Н. Хузиахметова. - Казань: изд-во Дом печати, 2011. - 211 с.

23. Морено Дж. Социометрия. Экспериментальный метод и наука об обществе. М., 1958.

24. Мухина, В.С. Возрастная психология: феноменология развития, детство, отрочество: учебник для студентов вузов: 4-е изд., стереотип / В.С. Мухина. – М.: Издательский центр «Академия», 2016. – 456 с.

25. Мясищев В. Н. Проблема потребностей в системе психологии: Ученые записки. Л., 2014.

26. Мясищев В.Н. Психология отношений. Москва: Воронеж. 2010.

27. Немов, Р.С. Психология: учеб. пособие для студентов высших пед. учеб. заведений : В 3 кн. – 4-е изд. / Р.С. Немов.– М.: Гуманитарный издательский центр ВЛАДОС, 2001. – Кн.1. Общие основы психологии – 688 с.

28. Обозов Н.Н. Межличностные отношения. Л.: ЛГУ, 2013.

29. Образцов П.И. Методы и методология психолого-педагогического исследования. - СПб.: Питер, 2014. - 268 с.

30. Обухова Л.Ф. Возрастная психология: Учеб. по дисц. "Возрастная психология" для студ. вузов / Л.Ф. Обухова. - М.: Юрайт: МГППУ, 2010. - 460 с.

31. Общая психология/ Под ред. А.В. Петровского.- М.: Просвещение, 2013 – 583с.

32. Психология межличностных отношений / Н.Н. Обозов. – Киев : Лыбидь, 2014. – 192 с. – ISBN 5-11-001480-9.

33. Психология развития. Учебник для студентов высших педагогических и психологических учебных заведений / Г.М. Марютина, Т.Г. Стефаненко, К.Н. Поливанова и др.; Под ред. Т.Д. Марцинковской. - М.: Издательский центр «Академия», 2011. - 352 с.

34. Психология развития: учебник для студентов высш. пед. и психол. учеб. заведений / Г.М. Марютина, Т.Г. Стефаненко, К.Н. Поливанова [и др.], под ред. Т.Д. Марцинковской. – М.: Издательский центр «Академия», 2011. – 352 с.
35. Психология человека от рождения до смерти / Под ред. А.А. Реана. - СПб: Питер, 2014. - 544 с.
36. Раттер М. Помощь трудным детям. / Раттер Р. –М.: Просвещение, 1987.- 325 с.
37. Реан, А.А., Коломинский, Я.Л. Социально-педагогическая психология / А.А. Реан, Я.Л. Коломинский. – Серия «Мастера психологии» – Питер, С – Птб, 2014. – 212 с.
38. Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии.-М.,2014 -631с.
39. Савенков А.И. Педагогическая психология. В 2 т. Т.2: учебник для студ. высш. учеб. заведения / А.И. Савенков. - М.: «Академия», 2011. - 240 с.
40. Сапагова, Е.Е. Психология развития человека: учебное пособие / Е.Е. Сапагова. – М.: Аспект пресс, 2012. – 460 с.
41. Словарь практического психолога. М.: АСТ, Харвест. С.Головин. 2012
42. Столяренко, Л.Д. Основы психологии: учеб. пособие для студентов высш. пед. заведений. / Л.Д. Столяренко. – Ростов н/Д. Издательство «Феникс», 2014 – 736 с.
43. Шаповаленко И.В. Возрастная психология. - М.: Гардарики, 2012. - 353 с.

Приложение

Занятие 1 (неделя 1)

«Давай-ка познакомимся!»

Время: 10 мин

Цель: знакомство

Дети становятся в круг. Ведущий начинает игру словами: «Ты скорее поспеши, как зовут тебя, скажи...», бросая при этом мяч одному из игроков. Тот ловит мяч, называет свое имя, потом он бросает мяч другому игроку, при этом снова произносятся слова: «Как зовут тебя, скажи...» — и так далее.

«Объятие»

Время 5 мин

Цели: Это очень увлекательная игра, которая особенно нравится детям младшего возраста. Она позволяет детям физически выражать свои положительные чувства, тем самым способствуя развитию в классе групповой сплоченности. Стеснительным детям эта игра помогает более близко общаться с другими.

Упражнение вполне годится для "разогрева" класса в начале учебного дня. Проводя его, вы показываете свое стремление видеть перед собой единую сплоченную группу, объединяющую всех учеников класса, независимо от уровня их общительности.

Инструкция: Сядьте, пожалуйста, в один большой круг. Кто из вас еще помнит, что он делал со своими мягкими игрушками, чтобы выразить свое хорошее отношение к ним? Правильно, вы брали их на руки. Я хочу чтобы

вы все хорошо относились друг другу и дружили между собой. Естественно, иногда можно и поспорить друг с другом, ведь когда люди дружны, им проще переносить обиды или разногласия. Я хочу, чтобы вы выразили свои дружеские чувства к остальным ученикам, обнимая их. Быть может, будет такой день, когда кто-нибудь из вас не захочет, чтобы его обнимали. Тогда дайте нам знать, что вы хотите пока просто посмотреть, но не участвовать в игре. Тогда все остальные не будут трогать этого ребенка. Я начну с легкого, совсем маленького объятия и надеюсь, что вы мне поможете превратить это объятие в более крепкое и дружеское. Когда объятие будет доходить до вас, любой из вас может добавить в него энтузиазма и дружелюбия, чтобы мы все сделали наши хорошие взаимоотношения еще более крепкими.

Проверьте, хочет ли сидящий рядом с вами ребенок участвовать в упражнении. Вы можете определить это по некоторым невербальным признакам. Но иногда вы можете спросить его и открыто: "Хочешь ли ты, чтобы я обняла тебя?" Большинство детей ответит вам: "Да". После этого начинайте первый кон игры, нежно и мягко обняв сидящего рядом с вами ребенка. Он в свою очередь спрашивает своего соседа, хочет ли он принять участие в игре, и если да, то обнимает его. Таким образом, дружеское объятие передается по кругу, пока не вернется к Вам. Мы надеемся, что, дойдя до Вас, оно станет более крепким и будет сделано с большим энтузиазмом.

Анализ упражнения:

— Понравилась ли тебе эта игра?

— Почему хорошо обнимать других детей?

— Как ты себя чувствуешь, когда другой ребенок тебя обнимает?

— Берут ли тебя дома на руки? Часто ли это бывает?

Упражнение «Путанка»

10 мин

Цель: Сплочение, улучшение взаимопонимания участников.

Ход упражнения: Все берутся за руки, стоя в кругу и начинают запутываться. Когда запутались все, и получилась одна большая «путанка», можно вообразить, что вся группа превратилась в одного огромного зверя. Теперь срочно необходимо определить, где находится его голова, а где хвост. («Кто будет головой? А кто хвостом?», – спрашивает ведущий). Когда зверь сориентировался, где его право, а где его лево, он должен научиться двигаться во все стороны, в том числе и назад. А потом, зверь должен пробежаться, и может быть даже кого-то, попавшегося по пути, «съесть»

Обсуждение: какие ощущения и эмоции испытывали при выполнении задания?

Упражнение «Счёт до десяти»

Время 10 мин

Цель: прочувствовать друг друга, понять без слов и мимики.

Ход упражнения: «Сейчас по сигналу «начали» вы закроете глаза, опустите свои носы вниз и попытаетесь посчитать от одного до десяти. Но хитрость состоит в том, что считать вы будете вместе. Кто-то скажет «один», другой человек скажет «два», третий скажет «три» и так далее. Однако в игре есть одно правило: слово должен произнести только один человек. Если два голоса скажут «четыре», счёт начинается сначала. Попробуйте понять друг друга без слов.

Занятие 2

Разминка Упражнение «Пожалуйста»

5 мин

Цель: поднять настроение, и настроиться на дальнейшие упражнения.

Ход упражнения:

Все участники игры вместе с ведущим становятся в круг. Ведущий говорит, что он будет показывать разные движения (физкультурные, танцевальные, шуточные), а играющие должны их повторять лишь в том случае, если он к показу добавит слово «пожалуйста». Кто ошибётся, выбывает из игры.

Упражнение «Мы с тобой похожи тем, что...»

5 мин

Цель: познакомиться (если не знают друг друга) узнать друг друга, чем они похожи, для того, что бы уже найти приятелей по интересам.

Ход упражнения: Участники выстраиваются в два круга – внутренний и внешний, лицом друг к другу. Количество участников в обоих кругах одинаковое. Участники внешнего круга говорят своим партнерам напротив фразу, которая начинается со слов: «Мы с тобой похожи тем, что...». Например: что живем на планете Земля, учимся в одном классе и т.д. Участники внутреннего круга отвечают: «Мы с тобой отличаемся тем, что...». Например: что у нас разный цвет глаз, разная длина волос и т.д. Затем по команде ведущего участники внутреннего круга передвигаются (по часовой стрелке), меняя партнера. Процедура повторяется до тех пор, пока каждый участник внутреннего круга не повстречается с каждым участником внешнего круга.

Обсуждение:

Какие эмоции испытывали во время упражнения?

Что нового узнали о других?

Что интересное узнали?

«Передай движение»

15 мин

Цель: совершенствование навыков координации и взаимодействия на психомоторном уровне, развитие воображения и эмпатии.

Ход игры. Дети становятся в круг и закрывают глаза. Взрослый, находясь в общем кругу, придумывает какое-нибудь движение (например: причесывается, моет руки, ловит бабочку и т.д.), затем будит своего соседа и показывает ему свое движение, тот будит следующего и показывает ему, и так - по кругу, пока все дети не проснутся, и не дойдет очередь до последнего.

Игра продолжается до тех пор, пока все желающие не загадают свое движение и не передадут его по кругу.

«Выбери партнера»

15 мин

Ход игры. Сидя по кругу, играющие молча - глазами - выбирают себе партнера, но так, чтобы никто этого не заметил.

На счет «три» (его ведет взрослый) партнеры подбегают друг к другу и берутся за руки. Если с первого раза игра не складывается, дети возвращаются на исходную позицию. Воспитатель следит за тем, чтобы пары менялись.

Занятие 3 (неделя 2)

«Пресс-конференция»

15 мин

Цели: развивать навыки эффективного общения; воспитывать желание общаться, вступать в контакт с другими детьми; учить детей задавать различные вопросы на заданную тему, поддерживать беседу.

Содержание игры: участвуют все дети группы. Выбирается любая, но хорошо известная тема, например: «Мой режим дня», «Мой домашний любимец», «Мои игрушки», «Мои друзья» и т. д.

Один из участников пресс-конференции – «гость» - садится в центре зала и отвечает на любые вопросы участников.

Примерные вопросы к теме «Мои друзья»: Много ли у тебя друзей? С кем тебе интереснее дружить с мальчиками или с девочками? За что любят тебя друзья, как тебе кажется? Каким нужно быть, чтобы друзей стало больше? Как нельзя поступать с друзьями? И т. д.

«Ролевая гимнастика»

15 мин

Цели: Учить раскованному поведению, развивать актёрские способности, помогать почувствовать состояние другого существа.

Содержание игры: подобрать короткие и хорошо известные детям стихотворения.

Предложить рассказать стихотворение:

1. Очень быстро, «с пулемётной скоростью».
2. Как иностранец.
3. Шепотом.
4. Очень медленно, «со скоростью черепахи».

Пройти, как: трусливый зайчик, голодный лев, младенец, старичок, ...

Попрыгать, как: кузнечик, лягушка, козлик, обезьянка.

Сесть в позе: птички на ветке, пчелы на цветке, наездника на лошади, ученика на уроке, ...

Нахмуриться, как: рассерженная мама, осенняя туча, разъярённый лев,

...

Рассмеяться, как: добрая волшебница, злая волшебница, маленький ребёнок, старичок, великан, мышка,

«Слушаем тишину»

5 мин

Цели: снять мышечное напряжение; упражнять в концентрации внимания; учить управлять своим эмоциональным состоянием.

Содержание игры: по сигналу ведущего дети начинают прыгать и бегать по комнате, топтать и хлопать. По второму сигналу дети должны быстро сесть на корточки или на стулья и прислушаться к тому, что происходит вокруг. Затем можно обсудить, какие звуки детям удалось услышать.

Занятие 4

постановка сказки

Занятие 5 (неделя 3)

«Котёл»

10 мин

Цели: способствовать сплочению коллектива; снятию состояния агрессии; учить контролировать своё эмоциональное состояние; развивать координацию движений, ловкость.

Содержание игры: «Котёл» - это ограниченное пространство в группе (например, ковёр). Участники на время игры становятся «капельками воды» и хаотично двигаются по ковру, не задевая друг друга. Ведущий произносит слова: «вода нагревается!», «вода становится теплее!», «вода горячая!»,

«вода кипит!», Дети в зависимости от температуры воды меняют скорость движения. Запрещается сталкиваться и выходить за пределы ковра. Те, кто нарушает правила, выходят из игры. Победителями становятся самые внимательные и ловкие.

«Найди и промолчи»

10 мин

Цели: развитие концентрации внимания; воспитание стрессоустойчивой личности; воспитание чувства товарищества.

Содержание игры: дети, стоя, закрывают глаза. Ведущий кладёт предмет на видное для всех место. После разрешения водящего, дети открывают глаза и внимательно разыскивают его взглядом. Первый, кто увидел предмет, не должен ничего говорить или показывать, а молча садится на своё место. Так поступают и другие. Не нашедшим предмет, помогают так: все смотрят на предмет, а дети должны увидеть его, проследив за взглядом остальных

«Заряд бодрости» релаксационное упражнение

5 мин

Цели: помочь детям справиться с чувством усталости, помочь настроиться на занятие или переключить внимание; улучшить настроение;

Содержание упражнения: дети садятся на пол, двумя пальчиками (большим и указательным) берутся за мочки ушей и массируют их круговыми движениями 10 раз в одну сторону и 10 раз в другую, приговаривая: «Мои ушки слышат всё!» После этого дети опускают руки и встряхивают ими.

Затем ставят указательный палец между бровей над носом. Массируют ту точку также по 10 раз в каждую сторону, приговаривая: «Просыпайся, третий глаз!» В конце упражнения встряхивают руки.

Затем собирают пальцы в горстку и массируют точку, которая расположена внизу шеи, со словами: «Я дышу, дышу, дышу!»

Занятие 6

«Секрет»

10 мин

Цели: формировать желание общаться со сверстниками; преодолевать застенчивость; находить различные способы для достижения своей цели.

Содержание игры: всем участникам ведущий раздаёт небольшие предметы: пуговичку, брошку, маленькую игрушку,... . Это секрет. Участники объединяются в пары. Они должны уговорить друг друга показать свой «секрет».

Дети должны придумать как можно больше способов уговаривания (угадывать; говорить комплименты; обещать угощение; не верить, что в кулачке что-то есть, ...)

«Создание рисунка по кругу»

15 мин

Цели: установление межличностных контактов; создание в группе благоприятного микроклимата; развитие мелкой моторики и воображения.

Содержание игры: все сидят в кругу. У каждого участника лист бумаги и карандаш или ручка. За одну минуту все что-нибудь рисуют на своих листах. Далее передают лист соседу справа, а получают лист от соседа слева. Дорисовывают что-нибудь за одну минуту и опять передают лист соседу справа. Игра идет пока лист не вернётся к хозяину. Затем все рассматривают и обсуждают. Можно устроить выставку.

«Броуновское движение»

5 мин

Цели: способствовать сплочённости коллектива; учить работать в группе, общаться со сверстниками, принимать совместно решения.

Содержание игры: участники свободно двигаются по помещению. По сигналу ведущего им необходимо объединиться в группы. Количество человек в группе зависит от того, сколько раз ведущий хлопнет в ладоши (можно показать карточку с цифрой). Если число участников в группе не совпадает с объявленным, группа должна сама решить, как выполнить условие игры.